



ERSTA  
SKÖNDAL  
HÖGSKOLA

**S:t Lukas utbildningsinstitut**

Psykoterapeutprogram, 90 hp

Examensuppsats på avancerad nivå, 15 hp

Vårterminen 2015

**Känsla av sammanhang hos försäljare av Situation Sthlm**

**Sense of coherence among vendors of Situation Sthlm**

**Författare:**

Pia Stolt

## Innehållsförteckning

<b>1</b>	<b>Inledning</b> .....	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Bakgrund</b> .....	<b>1</b>
2.1	Hemlöshet .....	1
2.2	Gatutidningen Situation Sthlm.....	2
<b>3</b>	<b>Teori</b> .....	<b>2</b>
3.1	Det salutogena perspektivet .....	2
3.2	KASAM i relation till anknytningsteori och mentalisering.....	3
<b>4</b>	<b>Tidigare forskning</b> .....	<b>5</b>
4.1	Empiriska studier .....	5
4.2	Forskningsområdets betydelse .....	6
<b>5</b>	<b>Frågeställningar</b> .....	<b>6</b>
<b>6</b>	<b>Metod</b> .....	<b>6</b>
6.1	Undersökningsdeltagare .....	7
6.2	Datainsamlingsmetoder.....	8
6.3	Bearbetningsmetoder.....	9
6.4	Genomförande .....	9
<b>7</b>	<b>Forskningsetiska frågeställningar</b> .....	<b>10</b>
7.1	Kvantitativ del .....	11
7.2	Kvalitativ del.....	11
<b>8</b>	<b>Resultat</b> .....	<b>11</b>
8.1	Kvantitativ del.....	11
8.2	Kvalitativ del.....	13
<b>9</b>	<b>Diskussion</b> .....	<b>20</b>
9.1	Metoddiskussion.....	20
9.2	Resultatdiskussion .....	21
9.3	Förslag till fortsatt forskning .....	25
	Referensförteckning.....	26
	Bilaga 1.....	29
	Bilaga 2.....	30
	Bilaga 3.....	35

## Sammanfattning

Studier som undersöker hemlösa människors upplevelser med annat fokus än det elände de befinner sig i kan bidra med förståelse och kunskap som behövs för att kunna hjälpa de sämst ställda. Det salutogena begreppet känsla av sammanhang (KASAM) hos försäljare av Situation Sthlm, en grupp hemlösa, före detta hemlösa och socialt utsatta människor, är inte tidigare känt och syftet med den här studien är att kvantitativt undersöka var på KASAM-13 skalan försäljare av Situation Sthlm befinner sig och kvalitativt att beskriva hur fyra individer ur urvalet upplever och beskriver sin känsla av sammanhang.

Slutsatser av studien kan sammanfattas i att levnadsvillkor påverkar en persons känsla av sammanhang, att försäljare av Situation Sthlm har KASAM-värden (54,67 p.) långt från medelvärdet i en befolkningsundersökning (70,83 p.) och att en låg skattning på KASAM Livsfrågeformulär (under medelvärdet 54,67) inte behöver betyda att en person inte upplever känsla av sammanhang i sitt liv och omvänt, en hög skattning (över medelvärdet 54,67 p.) inom undersökningsgruppen försäljare av Situation Sthlm av KASAM behöver inte betyda att en person upplever känsla av sammanhang.

**Nyckelord:** Känsla av sammanhang (KASAM), hemlöshet, anknytningsteori, mentalisering, Situation Sthlm.

## **Abstract**

Studies examining homeless people's experiences with different focus than the misery they are in can help with understanding and knowledge needed to help people in need. The salutogenetic concept sense of coherence (SOC) of vendors of Situation Sthlm, a group homeless, formerly homeless and socially vulnerable people, is not known and the purpose of this study is to quantitatively examine where on the SOC-13 scale vendors of Situation Stockholm is placed and qualitatively to describe how four individuals from the sample perceive and describe their sense of coherence.

Conclusions from the study can be summarized in that living conditions affect a person's sense of coherence, that vendors of Situation Sthlm has SOC-values (54,67 p.) far from the mean in a population survey (70,83 p.) and that a low score (below 54,67 p) of the SOC Life Questionnaire does not necessarily mean that a person does not experience a sense of coherence in life and conversely, a high SOC-score (above 54,67 p.) within the study group vendors of Situation Sthlm does not mean that a person experience sense of coherence.

**Keywords:** Sense of coherence (SOC), homelessness, attachment theory, mentalization, Situation Sthlm.

## 1 Inledning

Flera studier beskriver den stigmatisering som hemlösa människor upplever. De blir inte sedda som individer med olika preferenser och behov, utan som enbart ”hemlösa”. Stora delar av hemlöshetsforskningen är något av en ”eländesforskning” och den har sitt berättigande för att de hemlösas svåra livssituation skall bli uppmärksammas men man måste göra mer än så, annars finns det risk att ”eländesforskningen” fortsätter utan att andra ansträngningar görs för att hjälpa hemlösa människor till ett drägligare liv. Trots den kunskap som finns idag i Sverige om hemlösas situation saknas studier om verksamma metoder för att hjälpa hemlösa människor (Beijer, 2007).

Studier som undersöker hemlösa människors upplevelser med annat fokus än det elände de befinner sig i kan bidra med förståelse och kunskap som behövs för att kunna hjälpa de sämst ställda. Känsla av sammanhang hos försäljare av Situation Sthlm, en grupp hemlösa, före detta hemlösa och socialt utsatta människor, är inte tidigare känt och behöver därför lyftas fram och belysas. Ett sammanhang kan omfatta många olika saker, den egna familjen och släktled bakåt, sammanhang i arbete och samhälle eller till de stora filosofiska sammanhangen, samt ett utforskat antal sammanhang däremellan. Vi behöver se en mening i det vi gör – den viktigaste komponenten i KASAM (Nilsson, 2002).

Forskning inom självs kattad hälsa är omfattande och det beror på att moderna forskare känner till det prognostiska värdet i den enkla frågan om hur folk mår. Den här kunskapen är gammal, i boken ”Skapelsens sedelärande samtal” från 1483 står att läkarens viktigaste prognostiska fråga till patienten är ”Hur står det till?”. Begreppet känsla av sammanhang (KASAM) är inget nytt, Marcus Aurelius (121-180 e Kr) säger: ”Ingenting höjer människan mera än förmågan att kunna rätt bedöma allt som möter i livet och äga blick för dess sammanhang” (Nilsson, 2002).

Syftet med den här studien är att undersöka det salutogena (hälsofrämjande) begreppet känsla av sammanhang (KASAM) hos försäljare av gatutidningen Situation Sthlm - en grupp människor som är hemlösa, före detta hemlösa och socialt utsatta. Studien består av en kvantitativ del som undersöker var på KASAM-13 skalan (13-91 poäng) försäljare av Situation Sthlm befinner sig och en kvalitativ del som beskriver hur fyra individer ur urvalet upplever och beskriver sin känsla av sammanhang.

## 2 Bakgrund

### 2.1 Hemlöshet

Enligt Socialstyrelsens rådande hemlöshetsdefinition (Socialstyrelsen, 2012) räknas man som hemlös om man befinner sig i någon av fyra olika situationer som alla innebär att man saknar ett stadigvarande boende. Den mest utsatta situationen –

situation 1 – befinner sig i akut hemlöshet (akutboende, härbärke, jourboende, skyddat boende eller utomhus och offentliga utrymmen) medan situation 4 innebär eget ordnat kortsiktigt boende vilket innebär att en person bor tillfälligt och kontraktslöst hos kompisar, bekanta, familj eller släktingar eller har ett tillfälligt boende. Sammanlagt har cirka 34 000 personer inrapporterats som hemlösa eller utestängda från den ordinarie bostadsmarknaden, enligt Socialstyrelsens definition, under en mätvecka 2011. I Stockholm uppgår siffran för hemlösa personer till 4 100 personer (Socialstyrelsen, 2012).

## 2.2 Gatutidningen Situation Sthlm

Sedan starten 1995 säljs tidningen Situation Sthlm av hemlösa och socialt utsatta människor i Stockholm. I det internationella gatutidningsnätverket INSP finns 122 medlemstidningar fördelade på 41 länder i sex kontinenter ([www.street-papers.org](http://www.street-papers.org)). Gatutidningskonceptet har visat sig vara ett bra sätt att arbeta med hemlösa människor på eftersom det ger tidningsförsäljaren en möjlighet att tjäna egna pengar genom att arbeta, samtidigt som tidningen i sig fungerar som en kanal för påverkan, opinionsbildning och debatt. Situation Sthlm har en registrerad upplaga på 33 100 ex/mån med 153 000 läsare/mån (Situation Sthlm, 2014).

Situation Sthlm:s sociala verksamhet drivs med ambitionen att förbättra de hemlösa försäljarnas situation. Verksamheten erbjuder sysselsättning, stöd och hjälp som syftar till att stärka möjligheten att leva ett mer självständigt liv och bygger på principen ”hjälp till självhjälp”. Verksamhetens målgrupp består av människor som ingår i Socialstyrelsens hemlöshetsdefinition (Socialstyrelsen, 2012) eller som tidigare har ingått i definitionen men som fortfarande har en utsatt livs- och boendesituation (Situation Sthlm, 2014). Många med hemlöshetsproblematik, ca 60-70 %, har missbruksproblem i varierande utsträckning, ofta alkohol, droger och/eller läkemedel, detta gäller även Situation Sthlm:s försäljare. Många är också drabbade av såväl psykiska som sociala problem (Socialstyrelsen, 2012). Personer som inte omfattas av det sociala stöd som samhället erbjuder eller inte har några etablerade kontakter inom t.ex. socialtjänst, kriminalvård eller psykiatri skrivs inte in som försäljare av Situation Sthlm. Syftet med Situation Sthlm:s verksamhet är rehabilitering med arbete som metod och målgruppen består av de personer vars stöd från Situation Sthlm kompletteras av samhällets insatser (Situation Sthlm, 2014).

## 3 Teori

### 3.1 Det salutogena perspektivet

Aaron Antonovsky jämförde den psykiska hälsan hos en grupp överlevande från koncentrationsläger med en kontrollgrupp och fann att 51 % av kvinnorna i kontrollgruppen jämfört med 29 % av de överlevande hade en ganska god allmän hälsa. Den omvälvande upplevelsen att så många som 29 % av en grupp som överlevde koncentrationslägren bedömdes vara vid tillfredställande psykisk hälsa,

fick Antonovsky att börja formulera den salutogena modellen (Antonovsky, 1991).

Antonovsky (1991) definierar begreppet KASAM som:

En global hållning som uttrycker i vilken utsträckning man har en genomgripande och varaktig men dynamisk tillit till att ens inre och yttre värld är förutsägbar, och att det finns en hög sannolikhet för att saker och ting kommer att gå så bra som man rimligen kan förvänta sig.

KASAM består av tre komponenter och det är i enlighet med Antonovskys definitioner av komponenterna nedan som uppsatsskrivaren har bedömt undersökningsdeltagarna i föreliggande studie:

(1) Begriplighet, i vilken utsträckning man upplever inre och yttre stimuli som förnuftsmässigt gripbara, information som ordnad, sammanhängande, strukturerad och tydlig snarare än som brus – dvs. kaotisk, oordnad, slumpmässig, oväntad, oförklarlig. En människa med hög känsla av begriplighet förväntar sig att de stimuli han eller hon kommer möta i framtiden är förutsägbara, eller att de, när de kommer som överraskningar, åtminstone går att ordna och förklara. (2) Hanterbarhet, i vilken grad man upplever att det står resurser till ens förfogande, som man kan använda för att möta de krav som ställs av de stimuli som man bombarderas av. Har man en hög känsla av hanterbarhet kommer man inte känna sig som ett offer för omständigheterna eller tycka att livet behandlar en orättvist. (3) Meningsfullhet syftar på i vilken utsträckning man känner att livet har en känslomässig innebörd, att åtminstone en del av de problem och krav som livet ställer en inför är värda att investera energi i, är värda engagemang och hängivelse.

### **3.2 KASAM i relation till anknytningsteori och mentalisering**

Anknytnings- och mentaliseringsteori bidrar till att fördjupa förståelsen för utvecklingen av känsla av sammanhang och är därför relevant i relation till Antonovskys tankar. Anknytningsteorin kan ge förklaringar till verkningarna av KASAM:s komponenter i vuxen ålder och bidrar med ett annat djup och en annan förståelse. Tydligast blir detta i Antonovskys tankar om spädbarnsår och barndom och utvecklingen av de tre komponenterna:

Begriplighet. Barnets utveckling sker i samspel med sin omvärld och förutsägbarheten, som leder till komponenten begriplighet, utvecklas allteftersom barnet blir medvetet om den kontinuitet som finns inneboende i sociala relationer, att kunna se en människa försvinna och räkna med att de dyker upp igen (Antonovsky, 1991). Bowlbys anknytningsteori förklarar hur förödande separationer och avbrott i anknytningsrelationen kan vara för det lilla barnet, att förlora en älskad person är något av det mest intensivt smärtsamma en människa kan uppleva (Bowlby, 1980). För att komponenten begriplighet skall kunna utvecklas på ett tillfredställande sätt, behöver det finnas en viss förutsägbarhet i barnets värld. Om barnets tillvaro istället präglas av separationer och avbrott i viktiga relationer, kan resultatet bli brister i komponenten begriplighet i vuxen ålder.

Hanterbarhet. Erfarenheter av belastningsbalansen, som är grunden för hanterbarhet, kan bli förödande om de är negativa. Ett barn är ytterst sårbart och beroende och får därför en stark motivation att tillägna sig de beteenden, förmågor, attityder och värderingar som behövs för att etablera en social identitet och kunna veta sin plats, att anpassa sig (Antonovsky, 1991). Bowlby menar att om det efter en separation eller förlust av anknytningspersonen träder in en specifik någon i anknytningspersonens ställe, kommer barnet så småningom knyta an till den personen. Men om det inte finns en specifik person som träder in eller om det är flera olika personer, kommer utvecklingen se annorlunda ut. Som regel blir barnet mer självcentrerat och benägen att istället skapa övergående och ytliga relationer till alla och en var. Den utvecklingen bådårlig för barnets utveckling om det utvecklas till ett bestående mönster (Bowlby, 1980). Upplevelser av separationer och förluster som hotar belastningsbalansen hos det lilla barnet, kan leda till brister i komponenten hanterbarhet hos den vuxna individen.

Meningsfullhet. Meningsfullhet uppstår när ett gensvar är inbäddat i positiv affekt och det sker när ett barn får känna delaktighet och medbestämmande. Barnet upptas i ett sammanhang genom lek, beröring, omtanke och tonfall vilka alla förmedlar ”du är betydelsefull för oss”. Får barnet uppleva detta läggs grunden för meningsfullhet i livet, barnet känner att vad det gör har en mening (Antonovsky, 1991). Mentaliseringsteorin (Karterud & Bateman, 2010) förklarar att anknytningsrelationer kan bli till arenor där barnets mentala tillstånd upplevs, tolkas och ges tillbaka (”speglas”) av en positivt inställd annan och att barnet därmed får kunskap om sig själv. Mentalisering innebär att individen genom samvaron med en mentaliserande annan lär sig att föra en reflekterande dialog med sig själv. Individen får på så sätt redskap som gör att den inre press att handla som han eller hon är utsatt för, och som aktiveras av individens primära emotionella system, kan omvandlas och integreras i accepterade former (Karterud & Bateman, 2010). Om det inte finns någon relation där barnets mentala tillstånd upplevs, tolkas och ges tillbaka av en positivt inställd annan, kan det leda till brister i komponenten meningsfullhet som vuxen.

De anknytningsmönster som barnets tidiga relationella erfarenheter skapar har en person med sig även i vuxen ålder. Det ohotade bandet till omvårdnadspersonen är en källa till trygghet och reparationen av ett anknytningsbrott är en källa till glädje. Omfattande empiriska undersökningar visar att otrygga anknytningsrelationer leder till nedsatt förmåga att förstå andras intentioner och generellt sämre social kompetens och alternativet till en mentaliserad förståelse av sig själv och andra är att man drivs av yttre påverkan, av rena stimulus-responsreaktioner, av tillfälligheter, av obearbetade drifter och instinkter eller av sjukdomsprocesser (Karterud & Bateman, 2010). Dessa livsvillkor påverkar individens möjlighet att i vuxen ålder uppfatta tillvaron som begriplig, hanterbar och meningsfull, dvs. känsla av sammanhang.



## **4 Tidigare forskning**

### **4.1 Empiriska studier**

#### **4.1.1 Hemlöshet**

Forskning kan konstatera att både män och kvinnor som någon gång varit hemlösa har en mycket dålig hälsa som avspeglar sig i ett stort sjukvårdsanvändande under lång tid, och som ökar markant under en hemlöshetsperiod jämfört med befolkningen i övrigt. Kostnaden för sjukhusvård under undersökningsperioden 1985-2002 beräknas uppgå till 33 miljoner kr per år för 1000 personer i hemlöshetsgruppen, medan kostnaden för 1000 personer i kontrollgruppen endast blir cirka 4 miljoner kronor (Beijer, 2007).

Under livstidsperioden 1985-2002 hade 81 % av hemlöshetsgruppen mot 57 % av kontrollgruppen vårdats på sjukhus. 60 % av hemlöshetsgruppen hade vårdats på sjukhus för psykiska sjukdomar, inklusive alkohol och droger, medan endast 6 % av kontrollgruppen. Risken för hemlöshetsgruppen att hamna på sjukhus för psykiska sjukdomar, inklusive alkohol och droger, var 10 gånger större, jämfört med kontrollgruppen, men 20 gånger större för enbart alkohol- och drogproblem. 52 % av hemlöshetsgruppen hade vårdats för alkohol och droger, medan endast 3 % av kontrollgruppen (Beijer, 2007).

I en studie som mäter hälso-relaterad livskvalitet (EQ-5D) bland hemlösa människor jämfört med befolkningen i stort i Stockholm 2006 konstaterar man att hemlösa personer har avsevärt sämre hälso-relaterad livskvalitet än befolkningen i stort och de rapporterade flest problem i området ångest/depression. Hemlösa människor är en sårbar grupp i samhället (Sun, Irestig, Burström, Beijer & Burström, 2012).

#### **4.1.2 Salutogenes**

Den mänskliga tillvaron är full av stressorer men många människor kan klara sig bra trots en hög stressbelastning (Antonovsky, 1991). Sjukdomar och stress finns överallt och hela tiden - hur kan vi då överleva trots allt detta? KASAM förklarar varför människor i stressfyllda situationer ändå kan må bra och till och med förbättra sin hälsa (Lindström & Eriksson, 2006). KASAM är upplevelsen att man klarar sig, trots det som händer i livet. Om människor förstår sina liv och blir förstådda av andra, upplever de att de kan hantera tillvaron och att livet och livshändelser är meningsfulla nog att hitta motivation till (Lindström & Eriksson, 2006). En person som klarar sig väl har en hög KASAM (Langeland, Wahl, Kristoffersen & Hanestad, 2007).

De viktigaste upplevelserna under barndomen som bidrar till KASAM handlar om delaktighet. Erfarenheter av delaktighet skapar – i Antonovskys termer - komponenten meningsfullhet i KASAM. Resultaten i en studie av Sagy och Antonovsky (2000) visar på vikten av livserfarenheter där människor har varit

delaktiga i beslut för utvecklandet av KASAM. Där andra beslutar allt för oss, reduceras vi till objekt och världen förlorar då sin meningsfullhet (Antonovsky, 1991).

KASAM skapar en buffert mot påverkan av nyligen inträffade stressfyllda livshändelser (t.ex. familjekris, ekonomisk kris, misshandel) på självskattad hälsa (Richardson & Ratner, 2005) och KASAM verkar vara en hälsofrämjande resurs, som stärker resiliens och utvecklar ett positivt, subjektivt hälsotillstånd. Salutogenes är ett värdefullt förhållningssätt för hälsofrämjande och skulle vara värt att implementera i praktik mycket mer än vad som sker till dags dato (Eriksson & Lindström, 2005).

Flera studier visar att sociodemografiska variabler; ekonomisk status och utbildningsnivå har hög korrelation med KASAM senare i livet. Lundberg och Nyström Peck (1994, refererad i Nilsson, 2002) visar i en studie att det finns ett starkt samband mellan svag KASAM och dåliga levnadsförhållanden, individer som upplevde sina levnadsförhållanden som dåliga hade en svag KASAM och studien fann belägg för att en individs KASAM påverkas och formas av både den sociala klasstrukturen och av livserfarenheter. Både män och kvinnor som skattade en försämring av upplevd god hälsa och socialt stöd, hade störst sänkning av KASAM. Forskarnas slutsats är att individuella villkor och sociala förändringar påverkar KASAM (Nilsson, Holmgren, Stegmayr & Westman, 2003).

## 4.2 Forskningsområdets betydelse

Hemlöshetsforskningen tenderar att få karaktären av ”eländesforskning” eftersom hemlösa människor på alla sätt far mycket illa. Den salutogena teorin däremot intresserar sig för hälsofaktorer, vad som gör att vi kan förbli vid god hälsa trots livets påfrestningar och anknytnings- och mentaliseringsteorin förklarar människans grundläggande behov, vad vi behöver för att kunna uppleva oss själva och vår livsvärld som begriplig, hanterbar och meningsfull - känsla av sammanhang. Föreliggande studie vill bidra med ny kunskap om en grupp människor som far mycket illa och vill på så sätt skapa förutsättningar för möjliga interventioner.

## 5 Frågeställningar

Kvantitativt - var på KASAM-13 skalan befinner sig försäljare av Situation Sthlm och kvalitativt - hur upplever och beskriver individer ur urvalet sin känsla av sammanhang?

## 6 Metod

Undersökningen innehåller två delar, en kvantitativ- och en kvalitativ del. Den kvantitativa delen undersöker KASAM-värdet hos försäljare av Situation Sthlm

och tar reda på gruppens medelvärde och metoden är en deskriptiv kvantitativ enkätundersökning med Antonovskys KASAM -13 Livsfrågeformulär. Uppsatskrivaren har valt en enkätundersökning för att få svar av en stor grupp deltagare vilket kan ge den information som behövs för att kunna jämföra resultatet med andra studier och för att kunna göra ett lämpligt urval för en fördjupande kvalitativ studie av en mindre grupp. Valet av KASAM-13 Livsfrågeformulär är för att det finns gott om forskning som säkerställer dess reliabilitet och validitet (Eriksson & Lindström, 2005). KASAM Livsfrågeformulär med 13 frågor (KASAM-13), den förkortade versionen av originalversionen med 29 frågor, visar på relativt hög strukturell validitet och hög stabilitet och tycks vara ett bra mätinstrument för att testa Antonovskys teori om livsorientering och hälsa (Feldt, Lintula, Suominen, Koskenvuo, Vahtera & Kivimäki, 2007).

Uppsatskrivaren är intresserad av en fördjupad förståelse för upplevelse av känsla av sammanhang hos försäljare av Situation Sthlm, någonting som endast en medelvärdesiffra har svårt att ge och har därför valt att genomföra en kvalitativ studie efter den kvantitativa enkätstudien. I den kvalitativa delen av undersökningen har fyra halvstrukturerade intervjuer genomförts för att få ta del av målgruppens upplevelser, tankar, känslor, reflektioner, åsikter, önskningar och annat som ryms i människors livsvärld gällande känsla av sammanhang. Gällande reliabilitet och validitet i den kvalitativa undersökningen består mätinstrumentet i en intervju både av inspelningsapparaten och intervjuaren (Patel & Davidson, 2011). För intervjuerna i den här studien användes en intervjubandspelare med bra ljudupptagning. Intervjuaren arbetar som VD för Situation Sthlm vilket har skapat en förförståelse hos intervjuaren som har bidragit till att intervjuaren har kunnat vara följsam under intervjuerna och det har troligen skapat en trygghet i intervjusituationen att intervjuaren har varit känd i någon mån för de intervjuade. Intervjuerna genomfördes i Situation Sthlm:s lokaler vilket är en bekant och trygg plats för respondenterna vilket säkerligen också har bidragit till uttömmande svar och till deltagarnas vilja att delta i intervjun. För att säkerställa intervjuernas validitet, innehåller intervjuguiden en checklista med olika teman till ämnet i punktform. De teman som användes svarar mot undersökningens frågeställning och utgörs av begreppet KASAM och dess komponenter begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet.

## **6.1 Undersökningsdeltagare**

### **6.1.1 Kvantitativ del**

De försäljare i Stockholm som säljer tidningen Situation Sthlm regelbundet uppgår under andra kvartalet 2014 till 230 personer av den totala försäljargruppen i Sverige som uppgår till 250-300 personer (Situation Sthlm, 2014). Av de försäljare i Stockholm som säljer tidningen regelbundet finns de som sällan besöker Situation Sthlm:s lokaler utan köper tidningen hos externa distributörer. Av de 230 försäljare i Stockholm som säljer tidningen aktivt besökte ca 143 försäljare Situation Sthlm:s lokal under mätperioden. Personalen frågade de

personer som ansågs vara i skick att fylla i enkäten om de ville medverka, sammanlagt 106 personer. Fyra personer avböjde medverkan och 102 personer tackade ja till att medverka och svarade på enkäten. En enkät har räknats bort på grund av att den var ofullständigt ifylld vilket innebär att undersökningen har 101 deltagare. Det betyder att 95 % av de som blev tillfrågade har svarat på enkäten, 71 % av de som besökte Situation Sthlm under mätperioden och 44 % av den totala försäljargruppen i Stockholm. Bortfallet beror främst på att försäljare inte har kommit till Situation Sthlm:s lokal under mätperioden och att de därför inte har fått frågan om de vill delta. 76 män och 25 kvinnor har svarat på enkäten vilket innebär 75 % män och 25 % kvinnor. Den äldsta deltagaren är 71 år och den yngsta 29 år. Männen åldrar varierar mellan 31-71 år och kvinnornas mellan 29-66 år.

### **6.1.2 Kvalitativ del**

Undersökningsdeltagare i intervjustudien är fyra personer av de 101 personer som har svarat på KASAM-13 livsfrågeformulär och dessa personer valdes ut baserat på att deras enkätsvar stack ut; en har bland det högsta KASAM-värdet, en har bland det lägsta KASAM-värdet, en har högst värde på komponenten meningsfullhet och en har bland de lägsta värdena på komponenten meningsfullhet. Tre män och en kvinna har djupintervjuats och deras åldrar är mellan 40-67 år.

## **6.2 Datainsamlingsmetoder**

### **6.2.1 Kvantitativ del**

För att kunna mäta en individs KASAM konstruerade Antonovsky ett frågeformulär i form av en självskattningsskala som omfattar 29 frågor. En kortare version, omfattande 13 frågor, där värden mellan 13 och 91 poäng kan förekomma, har som sagts också tagits fram av Antonovsky. KASAM-13 valdes i föreliggande undersökning då den kräver mindre tid av de som skall fylla i den och därför ansågs skapa bättre förutsättningar för ett stort antal deltagare. Kortversionen återfinns i sin helhet i Bilaga 2. Frågeformuläret har utvecklats utifrån KASAM:s tre komponenter; begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet och deltagarna skattar sig själva på en skala från 1 – 7, på frågor som t.ex.: ”Har du en känsla av att du inte riktigt bryr dig om vad som händer runt omkring dig?” (Meningsfullhet), ”Har det hänt att du blev överraskad av beteendet hos personer som du trodde du kände väl?” (Begriplighet) och ”Har det hänt att människor som du litade på gjort dig besviken?” (Hanterbarhet).

### **6.2.2 Kvalitativ del**

Halvstrukturerade intervjuer i form av fokuserad intervju användes med fyra personer som har svarat på enkäten. Frågorna var inte formulerade i förväg utan en intervjuguide bestående av en checklista med olika teman till ämnet i punktform användes. De teman som användes svarar mot undersökningens frågeställning och utgörs av begreppet KASAM och dess komponenter

begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. Frågorna har inte varit lika från intervju till intervju utan har anpassats till hur intervjun har utvecklat sig. Intervjuerna har inletts med en öppen och lättbesvarad fråga ”Hur var det att fylla i KASAM-13 formuläret?”. Därefter har öppna frågor använts, följt av följdfrågor vilket har lett till att intervjuaren har fått innehållsrikt och meningsfullt material. Respondenten har fått feedback och bekräftats i slutet av intervjun och intervjuaren har strävat efter att undvika dubbla och ledande eller värderande frågor. Eftersom intervjun har innehållit känsliga frågor har intervjun avslutningsvis innehållit utrymme för reflektion kring intervjun. Innan bandspelaren har stängts av har intervjun avrundats och respondenten har fått tillfälle att tillägga något om han/hon har önskat det (Langemar, 2008). Intervjuguiden i sin helhet finns i Bilaga 3.

## **6.3 Bearbetningsmetoder**

### **6.3.1 Kvantitativ del**

KASAM-13 är graderad på en sjugradig Likertskala som används i frågeformulär där man till enskilda påståenden ska markera sin inställning. Vid poängsättning skall resultatet gällande frågorna 1, 2, 3, 7 och 10 vara omvända. En summa beräknas för varje svarande och ett medelvärde beräknas. En hög poängsumma utmärker en individ med hög KASAM och omvänt, en låg poäng utmärker en individ med låg KASAM. Resultaten fördes in och analyserades vad gäller medelvärden (m) och standardavvikelse (s) med MS Office Excel (Patel & Davidson, 2011). Då syftet med studiens kvantitativa del är att undersöka var på KASAM-13 skalan försäljare av Situation Sthlm befinner sig, har ingen statistisk beräkning gjorts gällande skillnader inom undersökningsgruppen och därför går det inte att uttala sig om verkliga skillnader där.

### **6.3.2 Kvalitativ del**

Intervjuerna lyssnades igenom ett flertal gånger och transkriberades i sin helhet. Därefter har de bearbetats med kvalitativ metod; deduktiv tematisk analys (Langemar, 2008). Materialet lästes igenom och strukturerades efter teman bestämda i förväg; KASAM:s komponenter begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. På det sättet framträdde komponenterna mer än individerna och efter konsultation av forskaren B. Nilsson (Personlig kommunikation med B. Nilsson den 20 oktober 2014) som betonar att Antonovskys menade att begreppet känsla av sammanhang skall ses som en helhet har materialet bearbetats igen med fokus på att helheten för varje individ skall träda fram snarare än komponenterna i sig.

## **6.4 Genomförande**

### **6.4.1 Kvantitativ del**

Situation Sthlm:s försäljare fick muntligt och skriftligt erbjudande om att delta i enkätundersökningen. Frågan ställdes till försäljare som kom in till Situation

Sthlm:s lokaler under perioden juni till och med september 2014 och som av personal i den sociala verksamheten bedömdes vara i gott skick, dvs. vid gott mod och inte för påverkade av alkohol och/eller droger. Försäljare informerades om att enkäten består av 13 frågor och att deras svar är anonyma. De fick information om att den skall fyllas i på plats i Situation Sthlm:s lokaler och att personal finns till hands om de behövde hjälp att fylla i enkäten och att de för sin medverkan i enkätundersökningen fick fyra exemplar av Situation Sthlm (värde 100 kr). Försäljare informerades om att steg två i undersökningen är intervjuer med 3-4 personer som har fyllt i enkäten och de som svarade på enkäten fick kryssa i om de kunde tänka sig att få frågan om de vill ställa upp på en intervju. KASAM-13 fylldes i enskilt eller tillsammans med personal i Situation Sthlm:s sociala verksamhet om hjälp behövdes. Personalen har en relation till deltagarna och fanns till hands för eventuella reaktioner på frågorna som kan uppfattas som känsliga. Varje deltagare markerades med en kod så att svaren är anonyma för uppsatsskrivaren.

#### **6.4.2 Kvalitativ del**

Fyra individer som har fyllt i KASAM-13 livsfrågeformulär valdes ut med avseende på deras svar. Om de hade markerat på enkäten att de tackar ja till att få frågan om intervju, fick de muntligt frågan om de vill delta. Först när personen tackade ja, bröts anonymiteten och intervjuaren kontaktade respondenten och bestämde tid för intervju. En person som uppsatsskrivaren valde ut på grund av att personen hade bland det lägsta KASAM-värdet i undersökningen hade avlidit sedan enkäten fylldes i och en av de tillfrågade som tackade ja till intervju kom inte till intervjun varpå nya personer tillfrågades. Intervjuerna genomfördes i Situation Sthlm:s lokaler i Stockholm i ett ostört samtalsrum. De som medverkade i intervjuerna fick information om att intervjun beräknades ta 40-60 minuter, att samtalet spelades in, att materialet behandlas konfidentiellt och att de kommer få ta del av det färdiga resultatet och intervjuernas längd var mellan 40-55 minuter.

## **7 Forskningsetiska frågeställningar**

Undersökningen har följt de etiska riktlinjer inom psykologisk forskning i Sverige som har utarbetats av Vetenskapsrådet (Vetenskapsrådet 2011). De två grundläggande delarna är forskningskravet och individskyddskravet.

Forskningskravet innebär att allmänheten kan förvänta sig att forskningen är till gagn för samhället. Individskyddskravet handlar om att inte utsätta individer för fysiskt- eller psykisk kränkning samt otillbörlig insyn i privatlivet. Undersökningen följer Vetenskapsrådets fyra huvudkrav gällande information, samtycke, konfidentialitet och nyttjande. Deltagarna i föreliggande studie är informerade om undersökningens syfte, vad deltagande innebär och att de kommer få ta del av resultatet. Deltagandet har skett frivilligt, materialet behandlas konfidentiellt och deltagare i enkätundersökningen kan inte identifieras i rapporter. I den kvalitativa undersökningen har uppsatsskrivaren så långt möjligt strävat efter att ta bort saker

som skulle kunna underlätta igenkänning. Intervjudeltagarna presenteras med fingerade namn.

## **7.1 Kvantitativ del**

Samtliga KASAM-värden finns införda i MS Office Excel med poäng, kön och ålder och hur lång tid personen har sålt Situation Sthlm men det finns ingen möjlighet att koppla ihop poäng till person. Samtliga deltagare har kodats så att de är anonyma för uppsatsskrivaren. För att hantera eventuella reaktioner på KASAM-13 livsfrågeformulär hos undersökningsdeltagarna när de fyllde i formuläret, fanns personal i Situation Sthlm:s sociala verksamhet närvarande.

## **7.2 Kvalitativ del**

En intervju innebär ofta ett personligt och nära möte och det har varit viktigt för uppsatsskrivaren att försöka se till så att de intervjuade får en så positiv erfarenhet som möjligt av samtalet. Särskilt fokus har lagts vid de känslor som väcks hos undersökningsdeltagarna under intervjuerna och eftersom intervjun har innehållit känsliga samtalsämnen har intervjun avslutningsvis innehållit utrymme för reflektion kring intervjun. Deltagare har gett uttryck för att det kändes bra att tala om de här sakerna, att de står för allt som de har sagt, att det är ovant att tala om de här sakerna och att det var de själva som styrde samtalet och att intervjuaren följde dem. Efter intervjun fanns personalen i Situation Sthlm:s sociala verksamhet till hands om behov av samtal, tankar, reflektioner skulle uppstå.

# **8 Resultat**

## **8.1 Kvantitativ del**

Syftet med studiens kvantitativa del svarar mot den kvantitativa frågeställningen om var på KASAM-13 skalan försäljare av Situation Sthlm befinner sig. Resultatet gör det möjligt att jämföra undersökningsgruppen med undersökningsgrupper i andra studier. Gällande skillnader inom undersökningsgruppen däremot har uppsatsskrivaren inte gjort någon statistisk beräkning och det går därför inte att uttala sig om verkliga skillnader utan skillnader får ses som indikationer och uppslag till fortsatta studier.

## 8.1.1 Försäljare av Situation Sthlm:s KASAM-poäng

### 8.1.1.1 Ålder

Tabell I

Ålder	Max	Min	Medelvärde (m)	Standardavvikelse (s)	Median
Män	71	31	52	6,95	53
Kvinnor	66	29	50	5,40	52

Männen i undersökningen är mellan 31-71 år och kvinnorna 29-66 år. Medelåldern för män är 52 år och 50 år för kvinnor.

### 8.1.1.2 KASAM-poäng för kvinnor och män

Tabell II

Total KASAM	Min	Max	Medelvärde (m)	Standardavvikelse (s)	Median
Män	31	78	55,14	9,53	54
Kvinnor	21	72	53,24	10,47	56

I föreliggande studie har männen högre KASAM-poäng än kvinnorna, männens medelvärde är 55,14 och kvinnornas 53,24 men då ingen statistisk beräkning är gjord går det inte att uttala sig om verkliga skillnader.

### 8.1.1.3 KASAM-poäng fördelat på KASAM:s komponenter för kvinnor och män

Tabell III

		Min	Max	Medelvärde (m)	Standardavvikelse (s)	Median
Män	Begriplighet	9	32	20,43	4,87	20
	Hanterbarhet	7	25	16,33	3,59	17
	Meningsfullhet	6	27	18,38	3,63	18
	Total	31	78	55,14	9,53	54
Kvinnor	Begriplighet	7	31	20,24	5,51	6
	Hanterbarhet	4	24	15,04	4,12	15
	Meningsfullhet	7	26	17,96	3,24	17
	Total	21	72	53,24	10,47	56

Komponenten begriplighet har den högsta poängen rent generellt men det går som sagt inte att uttala sig om verkliga skillnader då ingen statistisk beräkning är gjord.



### 8.1.1.4 KASAM-poäng fördelat på KASAM:s komponenter i relation till arbete

Tabell IV

	n=antal	Total KASAM (m)	Standardavvikelse (s)
Total	101	54,67	9,72
Sålt SS </= 1 år	13	55,08	8,38
2-3 år	26	54,15	10,79
4-6 år	15	51,13	9,04
>7 år	47	55,98	9,81

De som har sålt Situation Sthlm upp till ett år har i stort sett samma poäng som de som har sålt tidningen i 7 år eller mer men totalt sett högst KASAM-poäng (55,98) finns hos de som har arbetat med att sälja Situation Sthlm 7 år eller mer men återigen går det inte att uttala sig om verkliga skillnader då ingen statistisk beräkning är gjord.

## 8.2 Kvalitativ del

Ur ett patogenerorienterat perspektiv försöker forskningen förklara varför människor blir sjuka, det är sjukdomen som uppmärksammas. Men om man istället fokuserar på det som är friskt hos människan så skapar det en annan utgångspunkt. Undersökningens kvalitativa resultat lyfter fram komplexiteten bakom det kvantitativa resultatets siffror och belyser hur känsla av sammanhang uttrycks hos försäljare av Situation Sthlm.

### 8.2.1 Upplevelse av känsla av sammanhang hos försäljare av Situation Sthlm

De intervjuade har genomgående hög grad av hanterbarhet, i jämförelse mellan de olika komponenterna i undersökningsgruppen, vilket förstås som att de befinner sig i en livssituation där de tvingas överleva just nu medan framtiden ofta är svår att omfatta under de utsatta livsomständigheterna. I intervjuerna finns uttryck för begriplighet, att svårigheter har inträffat i livet men att de som har upplevt dem ändå har fått ut något begripligt av det. När det gäller att finna mening i det som inträffar finns det i framförallt en av intervjuerna men ibland överskuggas känslan av mening av att tvingas hantera, att överleva.

Föreliggande studie visar att en låg skattning på KASAM Livsfrågeformulär, i jämförelse mellan värdena i undersökningsgruppen, inte behöver betyda att en person inte upplever känsla av sammanhang i sitt liv. Och omvänt, en hög skattning av KASAM, i jämförelse mellan värdena i undersökningsgruppen, behöver inte betyda att en person upplever känsla av sammanhang. Alice skattade bland de lägsta KASAM-poängen i hela enkätundersökningen men i intervjun ger

hon många uttryck för känsla av sammanhang. Hos både Karl - som skattar bland det högsta KASAM-värdet totalt sett i undersökningen och Erik - som skattar högst poäng på komponenten meningsfullhet i hela enkätundersökningen - finns däremot i deras livsberättelser uttryck för brist på känsla av sammanhang. Att tvingas överleva dagen lämnar inte mycket utrymme för tankar om framtiden och känsla av meningsfullhet. Patrik skattar en KASAM-poäng under medelvärdet i undersökningen och hans livsberättelse innehåller också många uttryck för att behöva ta sig igenom dagen och tvingas överleva.

### 8.2.1.1 Alice – ”På något sätt har jag alltid gjort så gott jag har kunnat faktiskt”.

Alice är 57 år och är en av dem som har skattat lägst i hela undersökningen på Livsfrågeformuläret. Hon har 27 p. och medelvärdet är 54,67 p. Men i intervjun ger Alice många uttryck för känsla av sammanhang och en upplevelse av tillvaron som begriplig, hanterbar och meningsfull.

I början av vårt samtal berättar Alice om hur hon kämpar med att komma ur ett missbruk. Hon har upplevt svåra saker men hon har fått ut något begripligt av det. Begriplighet handlar om att uppleva inre och yttre stimuli som förnuftsmässigt gripbara, information som ordnad, sammanhängande, strukturerad och tydlig snarare än som brus – dvs. kaotisk, oordnad, slumpmässig, oväntad, oförklarlig (Antonovsky, 1991). En människa med hög känsla av begriplighet som Alice förväntar sig att de stimuli han eller hon kommer möta i framtiden är förutsägbara, eller att de, när de kommer som överraskningar, åtminstone går att ordna och förklara. Om missbruket säger Alice:

Jag känner det som en fas hela tiden, det här med att komma ur ett missbruk och som jag har kämpat med länge, länge och velat länge, länge, hela tiden. Så det är inte bara så här att jag vill lite grann utan jag, men det har varit, kraften att ta sig ur, jag vet att det som spelar mig spratt, det är känslorna, det är ju det som drar iväg och som gör att jag rasar eller har rasat. Det är precis som att man sätter på en skiva och det är som att det är svårt att ta av den där låten utan den skall fan gå tills den är slut. Men det har ju blivit lättare, förut så gick ju hela skivan, nu kan jag i alla fall stänga av efter en låt så det är stora framsteg om jag tittar på det nu men när jag är mitt i det så känns det ju inte så .... Det känns som jag mer och mer hittar tillbaka till, till mig själv.

Alice beskriver vilken kamp det har varit för henne att komma i kontakt med sina känslor och hur hon själv har fått träna på det:

Det har varit jobb att kunna slappna av utan att ta, att, känna igen sina känslor, känna, veta att jag är trött eller pigg, bara såna små saker som vanliga människor känner, men har man inte varit van vid att känna dem, man har inte varit nära sina känslor på väldigt länge då blir det otydligt, man får träna jättemycket på, som barn, man blir som ett barn som kryper runt och inte går och lägger sig förrän föräldrarna säger till och så måste man liksom lära sig själv, nästan titta på klockan och: nu borde jag vara trött för jag har varit uppe så länge och, testa. Det har ju varit så att jag har gått och lagt mig ibland för att känna efter om jag är trött. Jag har ju stängt av väldigt, väldigt mycket, jag har varit helt avstängd. När det blir jobbigt och jag inte känner, om inte jag känner mig trygg och säker så har jag stängt av.

De senaste tio åren i Alice liv beskriver hon som sökande och hon kan tydligt se hur svårt det har varit för henne att vara i kontakt med sina känslor eftersom hon inte är van vid att känna dem:

Man känner magkänslan och så följer man inte den och då snurrar man in sig i en massa grejer och sen glömmer man bort vad det var den där första magkänslan var och sa egentligen. Så har man bara snurrat in sig och gått vilse.

Alice ger under hela samtalet uttryck för att det som har skett och sker, även svåra saker, är begripliga för henne:

Det var så i skolan, alla andra målade så fina tjejer och jag hade inte, det handlade ju om att jag inte hade, jag hade aldrig använt kriter och papper så det var ju erfarenheten, jag menar, allting handlar ju om vad man har för erfarenhet. Att man inte kan ett ämne betyder ju inte att man är dum i huvudet utan det betyder ju bara att man inte har någon praktik på det.

Alice berättar om att hon har sökt hjälp inom missbruksvården och hur deras förhållningssätt har påverkat henne. Svårigheter har inträffat men Alice får ut något begripligt av det:

Jag har varit på så mycket, sökt så mycket hjälp för mitt missbruk och så känner jag att, att man hamnar i missbruksvården så blir det, man får så jävla mycket som man inte vill ha, påtryckt också, stämplar liksom att: du kan inte ta hand om det, du kan inte, du klarar inte det, liksom de plockar ifrån en allt ansvar.

Om den borderline diagnos Alice har fått säger hon: ”Jag har ju blivit mer medveten om att det går upp, jag går in i depressionerna och jag kommer ur dem. Men missbruk på det blir ju ännu mera, ännu starkare så klart”. Det som sker inom Alice är begripligt för henne.

Alice berättar om det hon bär med sig efter att ha varit på många olika ställen redan som 5-åring och hur hon förstår det:

Jag har ju spår, jag har ju varit på massor av olika ställen redan som femåring och de spåren av att: här skall du vara, här, så skall du göra och det har ju varit barnkolonier, det har varit bordsbön, det har varit bestraffningar och har nog gjort att jag är, har varit livrädd för att förlora, och så kan man vara jätterädd även om man har ett hem, att förlora det, att spåren av att ha... gör att man blir rädd. Ärren finns ju kvar men det kan ju vara en yta över dem idag som gör att jag, att de inte känns hela tiden.

Hanterbarhet bygger på en bra belastningsbalans, hur en person klarar av att hantera problem och vilka resurser som finns till förfogande (Antonovsky, 1991). Alice känner sig inte som ett offer för omständigheterna eller tycker att livet behandlar henne orättvist och det ger hon många uttryck för i intervjun.

Alice beskriver hur hon hanterar vardagen:

Jag försöker strukturera upp mitt liv så att jag har ett schema nu som jag gör och ser till att, återkommande som t.ex. jag går på skrivarkursen en gång i veckan. Nu har jag börjat en konstgrupp och målar, jag tränar på, jag går dit och målar. Jag skall gå de här tio gångerna även om jag inte tycker att jag kan, om jag känner motstånd, då gäller det att man kommer, att man fortsätter, att man går tio gånger, att man inte bara går en gång och sen säger: det var ingenting för mig.

Att söka hjälp när man behöver det och att kunna använda de resurser som finns till förfogande är ett uttryck för hanterbarhet. När Alice har det jobbigt börjar hon i terapi igen: ”Så började jag nu igen hos min terapeut, för att det har varit lite jobbigt och hon finns där, jag vet det, att hon finns kvar där, för mig liksom”.

Om borderline diagnosen och framtiden:

Det behöver inte vara så här resten av livet, så tänker jag. Det är ingenting som säger att den här diagnosen, jag köper inte det liksom att: nu kommer det vara så här hela livet. Det är en diagnos men, jag tror att om inte jag dricker så tror jag att jag kommer komma ur det här mer och mer och mer, och jag kommer känna igen det så jag kommer aldrig komma så djupt ner. Jag tror att jag kommer klara av att hantera det.

Alice ser hoppfullt på framtiden och berättar på ett fint sätt om själva kärnan i hanterbarhet som bygger på att hitta en bra belastningsbalans:

Jag ser ju hoppfullt på den, det gör jag ju, samtidigt så är det mycket jag måste uträtta men jag tänker, en dag i taget liksom. Om jag sår bra så blir det ju bra skörd. Det jag kan påverka, sen, det jag inte kan påverka kan jag ju inte påverka.

Enligt Antonovsky är meningsfullhet den viktigaste komponenten och motivationskomponenten. När något svårt inträffar försöker personen hitta och se en mening med det. Det är viktigt att man finner en känslomässig mening i det som har inträffat, inte bara kognitivt, och att man tycker att det hela är en utmaning som är värd att investera energi och engagemang i (Antonovsky, 1991). Meningsfullhet syftar på i vilken utsträckning man känner att livet har en känslomässig innebörd, att åtminstone en del av de problem och krav som livet ställer en inför är värda att investera energi i, är värda engagemang och hängivelse. Alice ger uttryck för meningsfullhet när hon berättar om livet:

Just nu tycker jag att det har varit värt det ändå, att jag på något sätt alltid har gjort så gott jag har kunnat faktiskt. Jag tycker att jag är värd att ha ett bra liv, att känna att man har någonting att ge, jo, jag tycker det, idag tycker jag att jag har det. Det gör ju att jag känner en mening med att gå upp ur sängen på morgonen, att det märks om jag inte går upp ur sängen, att det finns de som, som tycker om mig och som jag... att jag känner att jag behövs.

Alice berättar om hur viktig relationen till hennes terapeut är:

Nä nu börjar jag nästan att gråta för att hon, bara för att vi har avslutat så kan jag liksom lyfta på luren och, jag gör det för min skull och inte för... hon finns där för min skull, jag kan ringa och säga att: jag kommer inte idag, alltså det är inte ofta jag gör det men jag vet att hon inte blir sårad och eftersom det har varit så mycket att jag har gjort så mycket för andras skull hela tiden så har ju hon betytt väldigt mycket, hon har ju hjälpt mig genom väldigt mycket. Hon vet ju också vad det är jag har för problem, så det är skönt.

Alice säger:

Jag tycker ju nu, just nu tycker jag att varje dag är jättespännande och att jag kan påverka mycket, med enkla medel kan jag, kan jag njuta. Jag har väl hittat vad jag tycker om att göra, det är jättestort... det är stort. .... Jag har ju en jättefin familj som står mig jättenära, som är väldigt viktig för mig, mina döttrar och mina barnbarn, som jag har fått bättre och bättre kontakt med. De har ju alltid haft dörren öppen, det är ju jag som inte har klivit in på något sätt, för att jag har haft så mycket skam och skuld och så, men idag känns det som vi kommer närmare och närmare.

Alice sammanfattar salutogenesen på ett fint sätt, att se det unika i varje människa och bygga vidare på det: ”Det finns någonting inom alla som man lär sig tycka om. Jag har väldigt lätt i alla fall att tycka om människor, när jag liksom har kommit lite under ytan”.

### 8.2.1.2 Erik – ”Det här är bara en tråkig parentes”.

Erik är 40 år och han skattade högst poäng i hela undersökningen på komponenten meningsfullhet 27 p. (medel 18 p.). Men i intervjun berättar Erik om att tvingas överleva dagen och att hantera det som är ”nu”. Att tvingas överleva dagen kräver nästan all energi som Erik berättar att han skulle vilja ägna åt annat: ”Jag har massor av saker att göra som är viktigare än att bara överleva”.

Om livet säger Erik: ”Det här är bara en tråkig parentes”. Att bara tvingas överleva lämnar inte mycket utrymme för tankar om framtiden och känsla av mening.

Erik beskriver sin sorg och hur han hanterar sorgen:

Ja alltså utan Gud så hade jag inte klarat mig. .... För det var när sorgen kom upp, då var jag ju så sårbar, du kan ju tänka dig om man är övergiven, moderlös sedan sju månader och i stort sett faderlös också. Men så började jag ropa efter Gud, jag tjtade ju på Gud, jag sa: gör samma sak imorgon som du gjorde idag. Så skedde det. .... I samband med att sorgen kom upp, så själva sorgen var i sju år, sen var det sju års efterarbete. Jag gick en behandling sen, gick igenom hela barndomen och uppåt så där och, jättebra behandling.

Erik beskriver hur han har sökt det han har behövt vilket är ett uttryck för begriplighet. Om filosofer: ”De är mina lärare”. Om filosofi: ”Jag behövde det, eftersom, ja, som jag sa, jag har inte haft någon far, ingen som har pratat med mig, jag har inte haft någon mor, ingen som har pratat med mig. Jag behövde någon, jag behövde kunskap”.

Erik beskriver hur det var när sorgen kom upp under en behandling och hur han förstår det: ”Jag blev glad i sorgen, därför att det var det jag ville”.

I intervjun med Erik finns ett uttryck för känslan av meningsfullhet, en önskan om att göra andra saker än att bara överleva. Erik har en önskan om att skriva i tidningen (Situation Sthlm) och berätta någonting viktigt som han inte tycker att människor vet, att en HIV-diagnos inte är lika med döden:

Men det där funderar jag på, det skulle jag nästan vilja skriva om i tidningen, för det har inte kommit fram i media tycker jag. Nu har det kommit fram att man inte är döende hela tiden. Så är det inte.

Erik ger uttryck för hanterbarhet när han säger:

Jag är troende så att jag har haft mycket Guds kärlek och Guds stöd. Jag går vidare, vad skall jag göra? Jag blir aldrig bitter nu för tiden, det blir mer att man får förlika sig, förlåta, ja att i alla fall inte avsky eller hata någon. Det finns inte och inte bitterhet heller, jag har växt ifrån sånt.

För att man skall kunna uppleva tillvaron som begriplig måste tillvaron vara tillräckligt förutsägbar och Erik ger uttryck för begriplighet när han berättar om sin tillvaro:

Jag har bara sålt tidningar, gått på Subutex, där sitter jag i ett fängelse, Subutex-fängelset, det är det värsta råttgiftet. Det är inget som man, det går inte att sluta, det går inte. Jag vill inte gå in på abstinensen, den är total på alla sätt och vis, totalt hemsk. Det är ett fängelse, man blir ju slutet känslomässigt till viss del och det påverkar hjärnan, ja lite grann och man blir sömning, till intellektet lite grann och så där. Själen är förslavad och kroppen då förstås, samma sak.

Om framtiden som är svår att omfatta när tillvaron ägnas åt att överleva säger Erik:

Just nu har jag inga stora förhoppningar, jag sköter min hälsa och min kropp, jag köper mina 50-55 vitaminer var tionde vecka, jag tar bromsmedicin, jag ligger på noll virus, jag är 100 % osmittbar, enligt molekylärbilogerna på labbet, överläkare och alla.

### 8.2.1.3 Patrik – ”Bara glömma, försöka överleva dagen, det är bara det som gäller nu”.

Patrik är 57 år och skattar 46 p. på Livsfrågeformuläret vilket är under medelvärdet på 54,67 p. Patriks enkät väljs ut för intervju för att han har ett lågt värde på komponenten meningsfullhet, 10 p. (medel 18 p.) och Patriks berättelse i intervjun speglar hans skattning i Livsfrågeformuläret. I intervjuens början berättar Patrik om katastrofen för sju år sedan:

Sen allting spårade ur för sju år sedan, sen så har det varit en katastrof bara. Skilsmässa, blev bostadslös, blev av med allt jag ägde och hade och sen, försöka starta om igen och träffa ny tjej och sen så blev det slut där och hon la beslag på allt jag ägde och hade igen och så, så orkar man inte ta sig upp ur... diket så att säga. Det spårade ur bara.

Patrik har i vuxen ålder fått en ADD-diagnos och den har hjälpt honom att förstå sig själv och han ger uttryck för begriplighet när han berättar om hur det var för honom att få sin diagnos:

Både bra och, då fick jag bättre, vad som har varit fel hela tiden. Jag har känt att det har varit någonting, det är någonting som inte stämmer i kroppen, jag kan ta emot och ta emot och ta emot och ta emot och sen så exploderar det bara och sen så minns jag ingenting. .... Jag känner att jag fick, distans till det hela, det var enormt viktigt faktiskt. Jag kände att det, jag börjar hitta tillbaka till livet. Jag visste vad som var fel och jag visste hur jag skall hantera.

Att kunna uppleva tillvaron som hanterbar handlar om erfarenheter av en god belastningsbalans, att de krav och förväntningar man möter svarar mot de egna resurserna (Antonovsky, 1991). Men Patrik känner sig negativt särbehandlad och beskriver relationen till sin pappa så här:

Om han tycker att jag gör fel i en sak då säger han det och sen så skall jag bara ändra mig, jag skall bara göra som han tycker, inte som hjärnan tycker och jag skulle vara den perfekta sonen, jag blev särbehandlad på ett negativt sätt. Jag fick skiten och de (syskonen) fick: gör inte om det, och gjorde jag det så blev det världskrig ungefär.

För Patrik präglas tillvaron av att överleva vilket inte lämnar mycket utrymme för hopp om framtid och att se någon mening:

Bara glömma, försöka överleva dagen, det är bara det som gäller nu, jag håller på med soc och hela köret, jag måste få hjälp, jag har inte haft, jag har inte ansökt om socialbidrag på snart fyra år, bara överlevt på tidningen, på att sälja tidningen. Det är bara att bita ihop, kämpa på. Nu är inte livet bra på något sätt men det är bara att försöka överleva dagen på något sätt och, när man inte vet hur det skall bli i fortsättningen med boende och när jag inte vet det så blir det ännu värre, börjar grubbla, sover dåligt och så har du det där med stickandet (Patrik har stickningar i fotsulorna hela tiden) som gör att det är jobbigt bara. Men det gäller att, ja bita ihop och klara dagen, överleva dagen. Jag har gjort det så länge nu så jag, det har blivit, ja, jag tänker inte på det, jag bara gör det automatiskt.

Trots att Patriks tillvaro präglas av att hantera det som är ”nu” har han tankar om framtiden:

Jag tror att det kommer bli bättre i alla fall, jag känner det på mig på sätt och vis. Min mamma håller på i alla fall och hjälper mig nu med en sak, jag håller på med tandläkaren, medicinsk tandvård, fixat alla mina tänder och jag skall få ny protes, den får jag på torsdag, då är den klar! Kunna le, kunna äta, kan köpa en köttbit utan att sitta och skära i pyttesmå bitar.

#### 8.2.1.4 Karl – ”Måste ju överleva”.

Karl är 67 år och är en av dem som skattar allra högst på Livsfrågeformuläret med 77 p. (medel 54,67 p.). I intervjun med Karl finns uttryck för att tvingas överleva vilket inte lämnar stort utrymme för att känna att livet har en känslomässig innebörd (meningsfullhet) men Karl ger också uttryck för att det har varit viktigt för honom att komma igenom svårigheter med värdigheten i behåll och att han har reagerat när han har blivit orättvist behandlad (hanterbarhet). Antonovsky (1991) säger att en värld som upplevs som likgiltig för vad vi gör, kommer att upplevas som en värld som berövats sin mening. När andra bestämmer allting åt oss och vi inte har någonting att säga till om, då reduceras vi till objekt. I intervjun med Karl finns många uttryck för hanterbarhet, i början av intervjun berättar Karl om sin upplevelse av att ha blivit orättvist behandlad av Försäkringskassan och hur han hanterade det:

Jag har sett mycket, både från sociala och Försäkringskassan som jag kallar Förnedringskassan. .... Jag tryckte upp vita T-shirts där det står Förnedringskassan och så deras gröna logotype som jag sålde samtidigt som jag sålde Situation. Folk köpte som galningar. .... Ett möte där uppe på Försäkringskassan då hade jag den där Förnedringskassan vita T-shirt på mig när jag gick dit: Ah vad trevligt har du tryckt upp tröja åt oss sa de. Nej du får läsa, sa jag därinne på mötet, de tyckte det stod Försäkringskassan, inte Förnedringskassan. Jävla dårar. Ett helt år livnärde jag mig på Gula Änglarna, sålde tidningen och plocka burk.

Karl hanterar stressframkallande situationer genom att skriva av sig i tidningen (Situation Sthlm) ”Det tycker jag är roligt. Det gör jag alltid, jag har hållit på i 15 år, skönt att få reagera av sig om det är något som är orättvist”. Karl reagerar på det han upplever orättvist och han handskas med den stressfyllda situationen genom att agera:

När jag inte var berättigad till mina pengar, jag överklagade ju så det gick upp till Kammarrätten, det tar ju såna år. .... Jag vann ju! Klart jag vann, vad hade jag gjort för fel? Jag hade inte skurit bort tån på mig själv eller opererat mitt knä. Jag visste jag skulle vinna, jag hade gått ända upp i EU-domstolen för så jävlig var jag då, jag skulle inte ge mig där, de fick krypa till korset de där jävlarna. Sen fick jag en talong från sociala med 75 kr gav hon till mig, så stod det på den där talongen: Översändes 75 kr till xx för att inte

nöd skall uppstå. Har du hört på fan! Jag var så förbannad så jag gick upp och kasta skiten där uppe där hon satt. Det kostar mer att skicka ut de där 75 kronorna, det var dumt att skriva: så att inte nöd uppstår.

Karl ger uttryck för begriplighet när han tittar på porträttväggen i samtalsrummet med bilder på alla Situation Sthlm:s försäljare och säger: ”Jag känner allihop som sitter där på bilderna, det säger mycket också, känner man allihop som sitter på bilderna där”.

Uttryck av meningsfullhet skymtar fram när Karl talar om sina år med döttrarna på en arrenderad bondgård och om sitt arbete:

Jag arrenderade en bondgård, vi började jaga och fiska och jag skötte mina djur i 10 år. Jag hade höns, kalkoner, jag hade getter, får och höns, det var kul. Så fiskade jag dagligen, hade nät i och jagade. .... När de skulle ha frukost döttrarna så var det långfil, den skulle man ha rökt abborre i, det var riktigt gott skall jag tala om för dig. Jag rökte ju fisk själv, jag byggde rök. Jag var helt självförsörjande, inom allt, ja sen odlade jag potatis och rödbetor och allting, la in det till vintern så klarade vi oss, det var bara att gå och hämta mat.

Om arbetet:

När man har jobbat har man ju en krets som känner igen en när man säljer, de vet att man skriver i den och, de kommer många gånger och, kommer fram och tar ett exemplar och lägger pengarna i skålen där bara vid tidningshögen. Jag behöver inte sitta och ropa.

## **9 Diskussion**

### **9.1 Metoddiskussion**

#### **9.1.1 Kvantitativ del**

KASAM är i likhet med alla frågeformulär och mätmetoder ofullständigt. Ett perfekt frågeformulär finns inte och kommer troligen aldrig kunna konstrueras. Det finns därför risker med att mäta olika faktorer som är förbundna med människor och resultat kan missbrukas (Nilsson, 2002). En enkät som fylls i av en grupp människor där missbruksproblemet förekommer innebär att svar kan ha påverkats av personens tillstånd och mående när han/hon fyllde i enkäten och viljan att delta i undersökningen kan ha påverkats av att fyra tidningar gavs i ersättning för medverkan. Det är personalens subjektiva bedömning av vilka som var i skick att fylla i enkäten som styrde vem som fick erbjudande att delta och det kan ha påverkat resultatet. Många personer i urvalet lever under stark stress och enkätsvaren kan därför av en del ha fyllts i fort vilket kan ha påverkat resultatet. Att enkätundersökningen genomfördes i Situation Sthlm:s lokaler kan ha påverkat könsbalansen i enkätundersökningen, då det finns kvinnor som bara eller oftast köper sina tidningar på verksamheter som bara tar emot kvinnor och de skulle därför inte ha fått frågan om att delta.

#### **9.1.2 Kvalitativ del**

Respondenternas KASAM-poäng i Livsfrågeformuläret känns inte alltid igen i intervjuerna vilket är ett intressant validitetsproblem. Istället för att de två



metoderna ledde åt samma håll, uppträdde motsägelsefulla resultat. Alice skattade bland de lägsta KASAM-poängen i hela enkätundersökningen men i intervjun ger hon många uttryck för känsla av sammanhang. Hos både Karl och Erik, två av de personer som skattade bland de högsta KASAM-poängen, finns däremot i deras livsberättelser uttryck för brist på känsla av sammanhang. Att tvingas överleva dagen lämnar inte mycket utrymme för tankar om framtiden och känsla av mening. Patrik skattar en KASAM-poäng under medelvärdet och hans livsberättelse innehåller också många uttryck för att behöva ta sig igenom dagen och tvingas överleva.

En viktig forskningsetisk fråga är hur det påverkar oss och dem vi studerar, om vi endast lyfter fram diagnostiska termer - ”svag känsla av sammanhang”, ”låg hanterbarhet” eller ”utsatta” - som bara visar en aspekt av verkligheten men som görs till sanningar som påverkar vår uppfattning. Forskning som på ett nyanserat sätt skildrar flera aspekter av livet behövs, framförallt i bemötandet av människor i utsatta livssituationer (Hammar, 2010). Studiens upplägg med både en kvantitativ och en kvalitativ del är ett försök att nå en nyanserad skildring av någonting så komplicerat som känsla av sammanhang hos människor i en utsatt livssituation. Men trots ambitionen att nå en nyanserad skildring, förekommer i föreliggande undersökning definitioner som ”hög känsla av sammanhang”, ”brister i känsla av sammanhang” osv. vilket skulle kunna påverka intervjudeltagarna och bilden av dem. Intervjuerna handlade om respondenternas liv och detta väckte känslor hos dem som på olika sätt kan ha påverkat resultatet. Så snart uppsatsskrivaren fick en signal om att den intervjuade blev rastlös eller inte ville berätta mer, rundade intervjuaren av intervjun och detta kan ha påverkat hur uttömmande svaren blev från just den personen, och påverkat bilden av känsla av sammanhang. En person som egentligen bara – av olika skäl – har lättare att sitta ner under längre tid i en intervju, kan på så sätt verkat ha en högre känsla av sammanhang än den som hade svårare att medverka i en längre intervju. Det viktigaste i intervjuerna har varit hur den intervjuade upplever intervjusituationen och inte svaren i sig och därför har intervjuaren direkt släppt ämnen som den intervjuade signalerat att han eller hon inte vill tala om och detta, att respekten för den intervjuade har gått före strävan efter uttömmande svar, kan ha påverkat resultatet och hur känsla av sammanhang framträder hos en viss person. Resultatet kan också ha påverkats av relationen mellan intervjuare och respondent, av det faktum att intervjuaren arbetar som VD på Situation Sthlm och att de intervjuade omedvetet vill vara till lags och kanske framstå i bättre dager än de kanske är. Det kan vara svårt att inför sig själv – och andra – erkänna hur man verkligen känner och har det.

## **9.2 Resultatdiskussion**

### **9.2.1 Kvantitativ del**

Medelåldern för män i undersökningen är 52 år och 50 år för kvinnor och den totala KASAM-poängens medelvärde för försäljare av Situation Sthlm är 54,67.

Någon entydig bild vad gäller kön och KASAM föreligger inte, men studier visar två huvudgrupper, de som inte visar några könsskillnader och de där män tenderar att ha högre medelvärde än kvinnor (Nilsson, 2002). I föreliggande studie har männen högre KASAM-poäng än kvinnorna men medelvärdesskillnaderna är så små att det inte går att dra några slutsatser. Det är viktigt att ytterligare klargöra/utforska detta då studier visar att hemlösa kvinnor på olika sätt lever ett utsatt liv i skuggan av de hemlösa männen och ofta på männens villkor i en underordnad position, där misshandel och sexuella övergrepp förekommer. Denna underordnade position och utsatthet ger fysiska och psykiska skador och sjukdomar som genererar sjukhusvård (Beijer 1998, 1999, refererad i Beijer, 2007).

Begriplighet har den högsta poängen rent generellt i undersökningen men Antonovsky menar att en hög grad av begriplighet inte nödvändigtvis behöver innebära att man tror att man klarar sig bra (Antonovsky, 1991). En förklaring kan vara att försäljare av Situation Sthlm begriper hur deras liv ser ut: ”så här är det” men från det till att känna meningsfullhet är steget långt.

De som har sålt Situation Sthlm upp till ett år har i stort sett samma poäng som de som har sålt tidningen i 7 år eller mer men de uppmätta medelvärdena talar inte om verkliga skillnader men ger uppslag till en hypotes om att det skulle kunna vara så att det är nyhetens behag när en försäljare börjar arbeta med att sälja Situation Sthlm och att de då känner både förhoppningar och förväntningar om en positiv förändring. Men efter en tid byts förhoppningarna och förväntningarna av en mer realitetsanpassad insikt, alla problem löstes inte och en grupp faller då bort och kvar är en grupp som ser det meningsfulla i att arbeta med att sälja tidningen och som tycker om det. Antonovsky (1991) fördjupade sina tankar om medbestämmande och meningsfullhet och hänvisar till forskning som visar att glädje och stolthet i arbetet är viktigt. Han menar att det är den sociala värderingen av verksamheten som är väsentlig. Att arbeta med att sälja Situation Sthlm är socialt värderat och försäljare av Situation Sthlm får ofta stamkunder efter en tid, personer som försäljaren har en relation till och som uppskattar det försäljaren gör. Totalt sett högst KASAM-poäng (55,98) finns hos de försäljare som har arbetat med att sälja Situation Sthlm 7 år eller mer och det skulle kunna ge en indikation om att arbete är viktigt för känsla av sammanhang. Det skulle vara intressant med en undersökning som mäter KASAM på försäljare av Situation Sthlm och KASAM på hemlösa personer som inte arbetar för att kunna se om arbetet med att sälja Situation Sthlm har denna effekt eller inte.

KASAM-poängens medelvärde i undersökningen (54,67) kan jämföras med Eriksson och Lindström (2005) som jämförde resultaten från 127 forskningsrapporter som använt sig av KASAM-13 där medelvärdet varierar mellan 35.39 till 77.60 poäng. I en studie av Antonovsky som tittade på normativa data från publicerade studier som använde KASAM-13 varierade medelvärdet från 55.0 till 68.7 och den grupp som hade lägst KASAM var gruppen kvinnor i minoritetsbefolkning i USA som var hemlösa (Antonovsky, 1993). Nilsson

beskriver i sin avhandling ett lågt medelvärde (57,31) för kvinnor med magproblem med ett lågt/medel emotionellt stöd. En jämförelse kan göras med en studie av hemlösa kvinnor och kvinnor i hushåll med låg inkomst i USA, där medelvärdena för hemlösa var 50,45 och för dem i hushåll med låg inkomst 55,66 (Ingram et al., 1996, refererad i Nilsson, 2002). En studie av Pallant och Lae (2002) som undersökte validitet för KASAM-13 genom ett "community-based sample" på 439 personer, fann ett medelvärde på 60.8 poäng. En annan studie som undersökte KASAM-13 genom att använda en befolkningsundersökning i Sverige där 1 254 personer deltog, fann ett medelvärde på 70.83 (Nilsson, Holmgren, Stegmayr & Westman, 2003). Sammanfattningsvis ligger undersökningsdeltagarna i föreliggande studie i ungefär samma nivå som hemlösa kvinnor i en minoritetsbefolkning i USA, kvinnor i USA med låg medelinkomst, hemlösa kvinnor i USA och kvinnor i Sverige med magproblem och lågt/medel emotionellt stöd. Medelvärdet för försäljare av Situation Sthlm ligger långt från medelvärdet i befolkningsundersökningen från 2003 där medelvärdet var 70.83. Detta stämmer med de studier som visar att sociodemografiska variabler; dåliga levnadsförhållanden, social klasstruktur, livserfarenheter, bristande socialt stöd, ekonomisk status och utbildningsnivå har hög korrelation med KASAM senare i livet.

### 9.2.2 Kvalitativ del

Resultatet av de kvalitativa intervjuerna har framförallt tolkats utifrån KASAM. Intervjuerna har också lett till frågeställningar om intervjupersonernas anknytningserfarenheter. Eventuella anknytningsbrister hos intervjupersonerna skulle kunna vara en förklaring till brist på känsla av sammanhang men föreliggande studie har inte undersökt anknytningsmönster och kan därför endast göra hypotetiska antaganden. För att förklara diskrepansen mellan respondenternas KASAM-poäng i Livsfrågeformuläret som inte alltid känns igen i intervjuerna refererar Antonovsky till Kohut (Kohut 1982, refererad i Antonovsky, 1991) och hans distinktion mellan känslan av själv och känslan av identitet. Känslan av själv syftar på de grundläggande skikt i personligheten som skapar en känsla av varaktighet och kontinuitet medan identitet syftar på individens sociala rollkomplex. Uttryckt i Antonovsky's termer har en person med ett starkt själv och en fast identitet en stark KASAM. Individer med ett svagt själv och en svag identitet kommer ha en svag KASAM. Men en människa med ett svagt själv kan i desperation och rigiditet klamra sig fast vid en viss identitet, i ett försök att lindra den svåra ångest som jagar honom eller henne, just på grund av att självet är svagt. En sådan person skulle ha en *rigid* KASAM, där upplevelsen av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet inte ger utrymme åt några som helst förändringar. Antonovsky menade att det inte finns någon möjlighet att identifiera sådana människor annat än genom seriösa kvalitativa djupundersökningar.

I föreliggande studies djupintervju med Alice, som skattar lågt på Livsfrågeformuläret, både i jämförelse med undersökningsgruppen och med

normalpopulationen, kan man utifrån en djupare analys/förståelse av kategorierna i intervjun ifrågasätta eller reflektera över om hon verkligen har så låg KASAM. Hon står ut med svåra och smärtsamma upplevelser istället för att förneka dem, vilket leder till en låg poäng i KASAM-formuläret. Men att stå ut med det man har varit med om, att förmå omfamna och integrera det i den egna personligheten är själva grunden i KASAM: att stå ut med det man har gått igenom, lära sig någonting av det och kunna gå vidare.

I intervjuerna med Erik och Karl, som båda skattar högt på Livsfrågeformuläret, i jämförelse med undersökningsgruppen, finns uttryck för brist på känsla av sammanhang, framförallt av känsla av meningsfullhet och ändå skattar de bland de högsta poängen på Livsfrågeformuläret. Detta skulle eventuellt kunna vara ett uttryck för en mer rigid KASAM där man skyddar sig genom att hålla fast vid en viss identitet i ett försök att lindra ångest i en hotande och svår tillvaro.

Både KASAM och anknytningsteori beskriver grundläggande behov som behöver vara tillräckligt tillfredsställda för att individen skall kunna uppleva tillvaron som begriplig, hanterbar och meningsfull. Det framgår i Eriks berättelse att det har funnits stora brister i omvårdnad under hans tidiga barndom och uppväxt, han beskriver att han blev moderlös vid sju månaders ålder och att hans pappa inte talade med honom under hela hans uppväxt och han beskriver sig som helt ensam. Patrik beskriver sin känsla av att vara negativt särbehandlad under uppväxten och Alice beskriver sina sår efter att ha varit på många olika institutioner redan som 5-åring. Dessa livserfarenheter skulle kunna leda till brister i anknytningen vilket skulle kunna påverka utvecklingen av KASAM i negativ riktning. Utan någon som tar emot och reglerar barnets affekter, skadas barnets känsla av mening och ett sammanhållet, integrerat själv kan bara utvecklas i relation till en förstående annan, i en anknytningsrelation. Ett barn som lämnas helt ensam är själva kärnan i underbelastning och det kan påverka förmågan att uppleva tillvaron som begriplig, hanterbar och meningsfull. I denna studie har inte gjorts någon genomgång av tidigare eventuell forskning om KASAM och anknytningsmönster, ett område som annars borde utforskas.

I föreliggande undersöknings intervjuer finns - i varierande grad - upplevelser av känsla av sammanhang trots svåra livsupplevelser och livsvillkor. Antonovsky (1991) menar att målet i terapeutisk behandling är att hjälpa människor att inom ramen för sina liv söka KASAM-förhöjande erfarenheter och exempel på sådana upplevelser är Alice beskrivning av hur viktig relationen till hennes terapeut är, hur mycket den har hjälpt och hjälper henne och att hon får bättre och bättre kontakt med sina barn. Erik ger uttryck för meningsfullhet i önskan att inte bara tvingas överleva utan viljan att skriva om och berätta för människor att en HIV-diagnos inte är lika med en dödsdom. Patrik gläder sig åt att han skall få nya tänder, att kunna äta utan att skära maten i små bitar och glädjen över att kunna le igen och Karl minns tillbaka till tiden på bondgården med döttrarna, hur de jagade och fiskade och tillfredställelsen i att vara självförsörjande.

Det salutogena perspektivet fokuserar på vad det är som skapar hälsa och i föreliggande studie har fyra personer fått berätta om sina livsupplevelser vilket är ett sätt att belysa att det en människa har varit med om är helt unikt och ingenting som någon annan människa har varit med om. Fyra personer har fått utrymme att berätta om sina liv och med sin alldeles egen berättelse gör de skillnad.

Kvantitativa resultat kan aldrig ersätta den unika historia som en människa bär på, däremot kompletterar förhoppningsvis undersökningens kvantitativa och kvalitativa resultat varandra och vidgar förståelsen vilket kan bidra till att skapa förutsättningar för ”KASAM-förhöjande erfarenheter”.

### **9.3 Förslag till fortsatt forskning**

Föreliggande studies upptäckt att de kvantitativa resultaten inte kändes igen i den kvalitativa undersökningen hos tre av fyra intervjuade väcker frågan om endast kvantitativa undersökningar när det gäller något så komplext som begreppet känsla av sammanhang. De flesta studier som undersöker KASAM är kvantitativa och de kan peka ut viktiga grupper att göra fördjupade undersökningar av men fortsatt forskning behövs där en kombination av kvantitativ och kvalitativ metod används. För att kunna skapa förutsättningar för KASAM-förhöjande erfarenheter och för att kunna förstå komplexiteten i en livsprocess vilket en medelvärdesiffra har svårt att ge behövs fortsatt forskning med fokus på subjektiva upplevelser och beskrivningar av olika individers känsla av sammanhang. KASAM-förhöjande erfarenheter hos varje enskild individ är av stort värde eftersom de betyder litet mer och litet mindre lidande, litet mer och litet mindre glädje.

För att tydliggöra tolkningen av resultaten av denna undersökning har några områden för fortsatt forskning nämnts löpande i Resultatdelen. En undersökning som mäter KASAM på försäljare av Situation Sthlm och KASAM på hemlösa personer som inte arbetar för att kunna se om arbetet med att sälja Situation Sthlm har positiv effekt eller inte. Hur KASAM relaterar till olika anknytningsmönster i olika grupper är eventuellt också ett område som kan behöva vidare forskning.

## Referensförteckning

- Antonovsky, A. (1991). *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och Kultur.  
(Originalarbete publicerat 1987).
- Antonovsky, A. (1993). The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social Science Medicine*, 36 (6), 725-733. Hämtad från databasen PUBMED.
- Beijer, U. (2007). *Forskning om hemlösa i Sverige – en kunskapsöversikt*. Stockholm: FoU-rapport. Forsknings- och Utvecklingsenheten Stockholms stad. Från <http://www.socialvetenskap.se/bibliotek/bostad/hemloshet/page/2/>
- Beijer, U. (2007). *Hemlösas fysiska och psykiska hälsa utifrån inläggningar på sjukhus – en jämförelse mellan hemlösa och befolkningen i övrigt och mellan hemlösa män och kvinnor*. Stockholm. FoU-rapport 2007:8. Forsknings- och Utvecklingsenheten Stockholms stad. Från [http://www.researchgate.net/publication/242151041\\_Hemlösas\\_fysiska\\_och\\_psykiska\\_hälsa\\_utifrån\\_inläggningar\\_på\\_sjukhus](http://www.researchgate.net/publication/242151041_Hemlösas_fysiska_och_psykiska_hälsa_utifrån_inläggningar_på_sjukhus)
- Bowlby, J. (1980). *Loss: Sadness and depression*. London: Pimlico
- Eriksson, M., & Lindström, B. (2005). Validity of Antonovsky's sense of coherence scale: a systematic review. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 59(6), 460-466. Hämtad från databasen PUBMED.
- Feldt, T., Lintula, H., Suominen, S., Koskenvuo, M., Vahtera, J. & Kivimäki, M. (2007). Structural validity and temporal stability of the 13-item sense of coherence scale: Prospective evidence from the population-based HeSSup study. *Quality of life research*, 16, 483-493. Hämtad från databasen PUBMED.
- Hammar, L. (2010). *Från tonårstjej till ung kvinna – En studie av skapande av mening med "icke accepterat tjejbeteende" under tonårstiden*. Doktorsavhandling, H1 Karolinska Institutet, Department of Neurobiology, Care Sciences and Society. Från <https://publications.ki.se/xmlui/handle/10616/40230>
- Karterud, S. & Bateman, A., (2010). *Mentaliseringsbaserad terapi: Manual och bedömningskala*. Stockholm: Liber.

- Langeland, E., Wahl, A. K., Kristoffersen, K. & Hanestad, B. (2007). Promoting coping: Salutogenesis among people with mental health problems. *Issues in Mental Health Nursing*, 28, 275-295. Hämtad från databasen PUBMED.
- Langemar, P. (2008). *Kvalitativ forskningsmetod i psykologi – att låta en värld öppna sig*. Stockholm: Liber.
- Larsson, G., & Kallenberg, K. (1999). Dimensional analysis of sense of coherence using structural equation modelling. *European Journal of Personality* 13: 51-61. Från <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2563977/>
- Lindström, B. & Eriksson, M. (2006). Contextualizing salutogenesis and Antonovsky in public health development. *Health promotion International*, 21(3). Hämtad från databasen PUBMED.
- Nilsson, B. (2002). *Vad betyder känsla av sammanhang i våra liv? Aspekter på stabilitet, kön, hälsa och psykosociala faktorer*. Doktorsavhandling, Umeå University, Family Medicine, Department of Public Health and Clinical Medicine.
- Nilsson, B., Holmgren, L., Stegmayr, B. & Westman, G. (2003). Sense of coherence – stability over time and relation to health, disease, and psychosocial changes in a general population: A longitudinal study. *Scandinavian Journal of Public Health*, 31, 297-304. Hämtad från databasen PUBMED.
- Pallant, J. F. & Lae, L. (2002). Sense of coherence, well-being, coping and personality factors: further evaluation of the sense of coherence scale. *Personality and Individual Differences*, 33, 39-48. Hämtad från databasen PsychInfo.
- Patel, R. & Davidson, B. (2011). *Forskningsmetodikens grunder*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Richardson, C. & Ratner, P. (2005). Sense of coherence as a moderator of the effects of stressful life events on health. *Journal of Epidemiological Community Health*, 59, 979-984. Hämtad från databasen PUBMED.
- Sagy, S. & Antonovsky, H. (2000). The development of sense of coherence: A retrospective study of early life experiences in the family. *Journal of Aging and Human Development*, 51(2), 155-166. Hämtad från databasen PUBMED.
- Situation Sthlm (2014).

Socialstyrelsen (2012). *Hemlöshet och utestängning från bostadsmarknaden 2011 – omfattning och karaktär*. Rapport 2011-12-8. Stockholm: socialstyrelsen. Från <http://www.socialstyrelsen.se/publikationer2011/2011-12-8>

Sun, S., Irestig, R., Burström, B., Beijer, U. & Burström, K. (2012). Health-related quality of life (EQ-5D) among homeless persons compared to a general population sample in Stockholm County, 2006. *Scandinavian Journal of Public Health*, 40, 115-125. Hämtad från databasen PUBMED.

Vetenskapsrådet (2011). *God forskningssed*. Vetenskapsrådets rapportserie 1:2011. Stockholm: Vetenskapsrådet. Från <https://publikationer.vr.se/produkt/god-forskningsсед/>



## Bilaga 1



Hej,

Jag läser Psykoterapeutprogrammet på Ersta Sköndal Högskola parallellt med jobbet som VD för Situation Sthlm och skall skriva mitt examensarbete i höst. Jag vill undersöka begreppet ”känsla av sammanhang” hos försäljarna av Situation Sthlm. Begreppet ”känsla av sammanhang” handlar om att uppleva sin livsvärld som begriplig, hanterbar och meningsfull.

Undersökningen är uppdelad i två delar; en enkätundersökning och därefter 2-3 intervjuer med 2-3 personer. Efter den första enkätundersökningen som är anonym, får ett par av deltagarna frågan om de vill ställa upp på en intervju. Intervjun tar max 60 minuter under ljudupptagning.

Du som vill medverka i enkätundersökningen får fyra frågor om din ålder, kön, hur länge du har sålt Situation Sthlm och om du kan tänka dig att få frågan om att medverka i en intervju. Du förbinder dig inte att ställa upp på en intervju, du tar bara ställning till om det är ok att du får frågan om det. Enkäten/formuläret består av 13 frågor. Dina svar är anonyma och du kan när som helst välja att avsluta undersökningen och inte svara på fler frågor. Du får fyra tidningar för din medverkan i enkätundersökningen.

Uppsatsen skrivs inom ramen för Ersta Sköndal Högskola, S:t Lukas utbildningsinstitut och utgör mitt examensarbete på psykoterapeutprogrammet. Uppsatsen kommer att läsas av handledare, examiner och av samtliga studerande i utbildningsgruppen. Den kommer också att läggas ut på DiVA publiceringsdatabas. Inspelningsmaterialet och det utskrivna materialet kommer att kodas och behandlas konfidentiellt.

Du som har medverkat i undersökningen får ta del av den färdiga uppsatsen.

Tack för din medverkan!

Stockholm 13 juni 2014  
Med vänlig hälsning  
Pia Stolt

## Bilaga 2



Kod: \_\_\_\_\_

Hej,

Jag läser Psykoterapeutprogrammet på Ersta Sköndal Högskola parallellt med jobbet som VD för Situation Sthlm och skall skriva mitt examensarbete i höst. Jag vill undersöka begreppet ”känsla av sammanhang” hos försäljarna av Situation Sthlm. Begreppet ”känsla av sammanhang” handlar om att uppleva sin livsvärld som begriplig, hanterbar och meningsfull.

Undersökningen är uppdelad i två delar; en enkätundersökning och därefter 2-3 intervjuer med 2-3 personer. För dig som vill medverka i enkätundersökningen kommer här fyra frågor om din ålder, kön, hur länge du har sålt Situation Sthlm och om du kan tänka dig att få frågan om att medverka i en intervju. Du förbinder dig inte att ställa upp på en intervju, du tar bara ställning till om det är ok att du får frågan om det.

Enkäten/formuläret består av 13 frågor. Dina svar är anonyma och du kan när som helst välja att avsluta undersökningen och inte svara på fler frågor. Du som fyller i formuläret får fyra tidningar.

Tack för din medverkan!

Med vänlig hälsning  
Pia Stolt

Ålder: \_\_\_\_\_

Kvinna 

Man

Jag har sålt Situation Sthlm:

  

&gt; 1 år

1-3 år

  
  

4-6 år

7-10 år

&lt; än 10 år

Det är ok att fråga mig om jag vill ställa upp på intervju: Ja  Nej 

### Livsfrågeformulär

Här är några frågor som berör skilda områden i livet. Varje fråga har 7 möjliga svar. Var snäll och markera den siffra som bäst passar in på ditt svar. Siffran 1 eller 7 är svarens yttervärden. Om du instämmer i det som står under 1, så ringa in 1:an; om du instämmer i det som står under 7, så ringa in 7:an. Om du känner annorlunda, ringa in den siffra som bäst överensstämmer med din känsla. Ge endast ett svar på varje fråga.

1. Har du en känsla av att du inte riktigt bryr dig om vad som händer runt omkring dig?

**1****2****3****4****5****6****7**mycket  
sällan  
eller  
aldrigmycket  
ofta

2. Har det hänt att du blev överraskad av beteendet hos personer som du trodde du kände väl?

**1****2****3****4****5****6****7**har aldrig  
hänthar ofta  
hänt

3. Har det hänt att människor som du litade på har gjort dig besviken?

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
har aldrig hänt						har ofta hänt

4. Hittills har ditt liv:

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
helt saknat mål och mening						genomgående haft mål och mening

5. Känner du dig orättvist behandlad?

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
mycket ofta						mycket sällan/aldrig

6. Har du en känsla av att du befinner dig i en obekant situation och inte vet vad du ska göra?

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
mycket ofta						mycket sällan/aldrig

7. Är dina dagliga sysslor en källa till:

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
glädje och djup tillfredsställelse						smärta och leda

8. Har du mycket motstridiga känslor och tankar?

1            2            3            4            5            6            7

mycket  
ofta

mycket  
sällan/aldrig

9. Händer det att du har känslor inom dig som du helst inte vill känna?

1            2            3            4            5            6            7

mycket  
ofta

mycket  
sällan/aldrig

10. Även en människa med stark självkänsla kan ibland känna sig som en "olycksfågel". Hur ofta har du känt det så?

1            2            3            4            5            6            7

aldrig

mycket  
ofta

11. När något har hänt, har du vanligtvis funnit att du:

1            2            3            4            5            6            7

över/undervärderar  
dess betydelse

såg saken i  
dess rätta  
proportioner

12. Hur ofta känner du att det inte är någon mening med de saker du gör i ditt dagliga liv?

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
mycket ofta						mycket sällan/aldrig

13. Hur ofta har du känslor som du inte är säker på att du kan kontrollera?

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
mycket ofta						mycket sällan/aldrig

## Bilaga 3

### Intervjuguide

Information innan intervjun startar:

- Uppsatsen skrivs inom ramen för Ersta Sköndal Högskola, S:t Lukas utbildningsinstitut och utgör mitt examensarbete på psykoterapeutprogrammet.
- Syftet med den här undersökningen är att ta reda på försäljarna av Situation Sthlm:s KASAM-värde och hur 3-4 personer av de som har besvarat KASAM-13 Livsfrågeenkäten upplever och beskriver sin känsla av sammanhang.
- Intervjun går till så att jag spelar in vårt samtal och vi har max 60 minuter avsatt för intervjun. Det inspelade materialet kommer jag sedan skriva ut och använda i uppsatsen.
- Uppsatsen kommer att läsas av handledare, examinator och av samtliga studerande i utbildningsgruppen. Den kommer också att läggas ut på DiVA publiceringsdatabas.
- Inspelningsmaterialet och det utskrivna materialet kommer att kodas och behandlas konfidentiellt.
- Du har rätt att avbryta intervjun när du vill.
- Du som har medverkat i undersökningen får ta del av den färdiga uppsatsen som du kan hämta i ett kuvert med ditt namn i distributionen på Situation Sthlm.
- Eventuella frågor innan intervjun börjar?

**Begriplighet** – (Jag vet). Är det som inträffar i livet begripligt? Begriplighet bygger på upplevelser av förutsägbarhet.

**Hanterbarhet** – (Jag kan). Hur en person klarar av att hantera problem och vilka resurser som finns till förfogande. Hanterbarhet bygger på en bra belastningsbalans.

**Meningsfullhet** – (Jag vill). När någonting svårt inträffar försöker personen se mening i det som har hänt och komma igenom den svåra upplevelsen med värdigheten i behåll. Meningsfullhet bygger på delaktighet, om världen är likgiltig för vad vi gör har den ingen mening.

Hur var det att fylla i Livsfrågeformuläret (enkäten)?

Skulle du vilja berätta lite om ditt liv?

Hittills har ditt liv...

De senaste tio åren har ditt liv varit...

Livet är...

De flesta saker du gör i framtiden kommer troligtvis vara...

Hur känner du för det du gör om dagarna?

Hur gjorde du när... inträffade?

Vad upplevde du att du hade för alternativ?

Kände du att du visste vad du skulle göra?

Har du någon att be om hjälp?

Om något svårt inträffar, hur tacklar du det?

Hur känner du för det som händer runt omkring dig?

Hur ser du på...?

Har du någon förklaring till...?

Förstod du det som hände?